Moda

EL COMBATE CONTRA EL FRIO, ¡HA COMENZADO!

Revista de la MUJER

Salud

HIPERTENSION, COMO VENCERLA

Belleza

LAS CABELLERAS DEL OTOÑO '80

Armonioso Lenguaje del Cuerpo

Investigación:

¿SABIO, BRUJO, MEDICO O LOCO?

Estuvo pocos días en el país, pero realizó una intensa actividad. La doctora Rosalyn Yalow, premio Nobel de medicina 1977 (la segunda mujer en el mundo que logra tal distinción), que en la fotografía aparece con el doctor Luis Federico Leloir, manifestó que "el mundo de nuestros hijos va a ser más difícil que el que nos tocó vivir a nosotros. Pero, para lo único que vale la pena vivir, es para salvar vidas humanas".

Pese al tono levemente pesimista de esas declaraciones, la doctora Yalow dejó impresiones muy positivas en los círculos en los que fue recibida.

Invitada a nuestro país en forma conjunta por la Sociedad Argentina de Diabetes y la Comisión Nacional de Energía Atómica, la doctora Yalow cumplió un breve ciclo de conferencias en Rosario y la Capital Federal. En ambos lugares ponderó la calificada labor de nuestros científicos y se mostró partidaria de incrementar el intercambio de técnicas y experiencias.

El encuentro con especialistas argentinos le resultó extremadamente valioso, según manifestó en sus contactos con la prensa. Las disertaciones sobre temas de su especialidad fueron seguidas por un elevado número de profesionales y estudiantes, lo que motivó también un gesto de agradable asombro por parte de la señora Yalow.

Esta notable mujer, casada y madre de dos hijos, habitualmente residente en la ciudad de Nueva York, ha conquistado numerosos lauros por sus tareas científicas. Sus contribuciones al desarrollo de las técnicas del radioinmunoanálisis han servido para verificar el comportamiento de sustancias biológicamente activas, cuya pequeñísima proporción en el organismo había impedido anteriormente su estudio por otros métodos.

La ciencia confía plenamente en los beneficios de esas técnicas, de valiosa ayuda para la detección precoz de enfermedades, la conformación de un diagnóstico preciso y el estudio de los factores que inciden en la herencia, entre otros múltiples o posibles campos de aplicación.

LA MUJER EN EL MUNDO

Entre el 21 y el 26 de julio se realizará en el Centro Cultural General San Martín de la ciudad de Buenos Aires, el Primer Congreso Mundial del Niño Aislado.

El encuentro ha de convocar a profesionales de diversas disciplinas, para intercambiar experiencias relacionadas con el diagnóstico, tratamiento, entrenamiento y reeducación del niño aislado. Al mismo tiempo, se prevé la concreción de encuentros con progenitores de menores que afronten problemas de aislamiento, sea por causas físicas o síquicas. Como actividad complementaria se proyectarán películas de carácter científico.

Violeta Chamorro renunció a su cargo de miembro de la Junta de Gobierno de Recosntrucción Nacional de Nicaragua.

La noticia fue oficialmente leída desde su casa, situada en el sector de Las Palmas, en Managua. Estaban allí presentes varios funcionarios y miembros de la dirección del Frente Sandinista de Liberación Nacional (FSLN).

La renuncia de la viuda del periodista Pedro Joaquín Chamorro, muerto hace dos años en lucha contra el somocismo, es confusa y no se sabe bien cuáles fueron sus motivos.

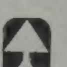
La señora Chamorro ha estado ausente de las actividades oficiales desde hace tres semanas, cuando sufrió una fractura en el pie derecho.

Su decisión se produce en momentos en que agrupaciones políticas, empresariales, profesionales y laborales muestran una creciente preocupación por el control del Consejo de Estado

Al mismo tiempo, el diario La Prensa, la mayoría de cuyas acciones heredó la viuda de Chamorro, enfrentó una demanda de los trabajadores.

Un total de 226 millones de niños tendrá América latina en el año 2000, si se mantiene la actual tasa de crecimiento demográfico.

Si bien la mortalidad es muy elevada, particularmente en los países de menor desarrollo dentro del área, la tasa de natalidad también es muy alta. Paradójicamente, las mismas causas influyen en uno y en otro sentido: bajo nivel de ingresos, analfabetismo, carencia de educación sanitaria. Tanto para un crecimiento del grupo familiar armónico, como para asegurar la supervivencia de los recién nacidos, es necesario superar los límites de la pobreza.



La escritora y periodista María Esther Vázquez presentó su libro "Invenciones Sentimentales" el viernes 18, en la librería "La Ciudad".

Asistió a la presentación numeroso público que se congregó en las pequeñas instalaciones del local de la Galería del Este. Entre los presentes se encontraba el escritor Manuel Mujica Lainez, quien pronunció unas palabras de felicitación para la escritora y resaltó su mérito y trayectoria.

"Estos cuentos, dijo más tarde la autora, están basados en una recreación del pasado, buscando en ellos a quienes han vivido en otro tiempo y otras circunstancias. Son una nostalgia por lo perdido pero una felicidad el haberlos escrito". "Invenciones Sentimentales" en una serie de siete cuentos con personajes del siglo X, del año 1500 y de la época de la Independencia. Sus temas son simples, tratan de jinetes, de leones o de viejas tías.

"Me he inspirado, recuerda la escritora, en mis viejas historias de fantasías, como cuando creaba amigos para jugar en mi infancia, o en mis vecinos, a quienes transformo en personajes de la corte".

1 "Castaño Encuentro", en los cabellos de la modelo. Raya al costado y el comienzo del peinado "retro" con mucho movimiento.

2 Nicolás Erra cepilla luego del brushing, para dar cuerpo al cabello. El primer paso fue una permanente en frío de solo 20 minutos.

3 El flequillo es largo y forma una onda grande sobre la frente. Los movimientos del peinado son ascendentes, con grandes rulos.

4 El volumen del cabello está dado por la permanente que permite el brushing y luegó el cepillado. Corte "león" en este peinado.

5 Ya terminado, la nuca muestra grandes rulos. Cepillado hacia arriba en forma muy natural. Fácil de realizarlo también en casa.

CORTES Y TONOS PARA EL CABELLO

Tinturas claras donde prevalece el rubio y el castaño. Permanentes en frío que se realizan muy rápido. Cortes "paje" y "león" para peinados con mucho movimiento, son las bases para los peinados de esta temporada Otoño '80

Para la temporada Otoño-Invierno '80, la moda en color de tintura equilibrará los colores brillantes de la ropa estilo "retro". Los colores propuestos por Wella son el "Rubio Nostalgia", rubio oscuro y el "Castaño Encuentro", castaño claro.

Los cortes que se verán son el **paje** y el **león**. El primero es más elegante y concuerda con las hombreras y la tendencia geométrica de la moda.

El cabello es en la nuca más corto, las puntas van hacia adentro y redondeadas, se incluye el flequillo. Para la noche este corte se utiliza con trenzas y torzadas, más los accesorios como plumas, peinetas con strass, alfileres con perlas y velos sobre el rostro.

El estilo león es más joven. La característica es el movimiento en un cabello muy corto. El largo del corte es constante: 6 a 8 cm; mientras que en la nuca es de 1 a 2 cm. El movimiento es hacia atrás y las puntas redondeadas hacia adentro.

El peinador Nicolás Erra aconseja, tanto para el cabello corto como para el semilargo, una base de permanente muy suave para darle mayor movimiento al pelo.

Se han dejado los rulos pequeños y el "afro". Vuelven las ondas y la raya al costado.

Las tinturas para estar de acuerdo con la propuesta de la moda exige, que el pelo sea claro, sin llegar a tonos blancos ni a castaños intensos y negros.

El peinador comenta a "Crónica de la Mujer" que ha llegado a nuestro país la permanente en frío. Una vez lavada la cabeza, se colocan los bigudíes mientras el cabello mantiene la humedad que retuvo después del secado con la toalla. Después del enrollado de todo el pelo, se humedece cada bigudí con una loción especial. Luego, tras una espera de 6 a 20 minutos según el tipo de cabello, se enjuaga con los bigudíes colocados, por lo menos durante un minuto y está lista la permanente. Un método rápido y sin torturas, concluye diciendo Erra.

Los Placeres de la Mesa Para Toda la Familia

Preparar una buena sopa es algo que, aparentemente, todos pueden hacer. Pero en gastronomía existen "secretos" capaces de convertir una simple sopa en un complemento ideal para un menú muy especial. Entonces, manos a la obra: hoy... cremas para todos.

Pelusa Molina

SOPA CREMA DE PUERROS

INGREDIENTES (para 6 personas)

½ kg. de puerros tiernos; 1 litro de leche; ¼ litro de caldo; 50 gr. de manteca; 1 cucharada de perejil picado; ½ taza de queso tipo Gruyere rallado; sal, pimienta.

PREPARACION

Limpiar los puerros, cortarlos en rodajas y ponerlos en una cacerola con el caldo. Tapar y cocinar lentamente hasta que estén tiernos. Licuar todo y poner lo obtenido en una cacerola, agregar la manteca, la leche hervida y revolver hasta que hierva. Sazonar con sal y pimienta, verter en una sopera y añadir el queso revolviendo bien. Esparcir el perejil en la superficie y servir.

SOPA CREMA PARMENTIER

INGREDIENTES (para 4 personas) ½ kg. de papas; 1 cebolla picada fino; 50 gr. de manteca; 1¼ litro de caldo caliente; sal, pimienta; 1 cucharada de perejil picado.

PREPARACION

Pelar las papas, lavarlas y cortarlas en rodajas finas. Freír la cebolla en la manteca hasta que esté transparente; agregar las papas y el caldo, tapar y cocinar lentamente hasta que las papas estén tiernas. Pasar todo por la licuadora, volver a la cacerola unos minutos más, sazonando si fuera necesario. Servir con el perejil picado espolvoreado en la superficie.

SOPA CREMA DE APIO

INGREDIENTES (para 6 personas)
4 corazones de apio; 50 gr. de manteca; 1 litro de caldo desgrasado de carne o ave; 200 gr. de crema de leche; sal, pimienta, costrones de pan frito en manteca.

PREPARACION

Hervir los corazones de apio en agua y sal hasta que estén tiernos, escurrirlos, pasarlos por tamiz y saltearlos en manteca en una cacerola, sin dorar. Agregar el caldo, sazonar bien y cuando hierva incorporar la crema de leche. Calentar y servir disponiendo en la superficie los "crouttons".

SOPA CREMA DE ZAPALLITOS

INGREDIENTES (para 4 personas)
½ kg. de zapallitos tiernos; 50 gr. de harina; 50 gr. de manteca; 1 zanahoria; 1 tallo de apio; unas ramitas de perejil; 2 yemas; 200 gr. de crema de leche; 1 litro de caldo (carne o ave); costrones de pan tostado; sal, nuez moscada.

PREPARACION

Cocinar los zapallitos cortados en daditos en agua hirviendo salada junto con la zanahoria, el apio y el perejil. Escurrirlos antes de que se deshagan y eliminar las otras hortalizas.

Disolver en una cacerola la manteca, añadir la harina mezclando con una cuchara de madera e ir agregando de a poco el caldo caliente. Condimentar con la nuez moscada y cocinar unos 5 minutos, revolviendo siempre con cuchara de madera. Reservar algunos zapallitos cortados y el resto licuarlo con parte del caldo. Si resultara una crema demasiado espesa, agregar algo más de caldo y verter todo nuevamente en la cacerola donde se estaba cocinando la crema y dejar que rompa el hervor. Batir las yemas en una sopera y mezclarlas con la crema de leche. Verter encima la crema de zapallitos hirviendo. Servir adornando la superficie con los zapallitos reservados y los costrones de pan tostado.

NOTA: Esta sopa en realidad es un caldo ligado porque las sopas crema nunca llevan harina en su preparación.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

CARNE A LA CAMPESINA

INGREDIENTES (para 4 personas)
½ kg. de carne de nalga cortada en una sola tajada fina; 100 gr. de mortadela en una sola tajada; tres cucharadas de pan rallado; 2 huevos; 2 cucharadas de queso rallado; 1 papa grande; 40 gr. de manteca; ½ vaso de vino blanco; 1 taza de caldo; sal.

PREPARACION

Picar la mortadela o pasarla por la máquina de picar carne. Pisar la papa previamente hervida con cáscara y unir a la pasta de mortadela junto con los huevos y el queso, una pizca de sal y el pan rallado.

Colocar esta preparación sobre la carne y enrollarla como si fuera un matambre. Atar con un hilo fuerte.

En una cacerola derretir la manteca y dorar en ella la carne a fuego algo fuerte. Cuando esté dorada verter el caldo, tapar la cacerola y cocinar hasta que la carne esté tierna y el líquido se haya consumido un poco. Agregar el vino y terminar la cocción 5 minutos después. Desatar la carne y servir acompañada de arroz blanco, papas fritas, etcétera.

EL SILENCIOSO Y CAUTIVANTE LENGUAJE DEL CUERPO

Treinta años de actividad docente en una disciplina que la tiene como iniciadora: la expresión corporal. Patricia Stokoe es un ejemplo de constancia, dedicación, afán de perfeccionamiento y sensibilidad artística. Con ella, y gracias a ella, una forma de danzar está al alcance de todos.

EL nombre de Patricia Stokoe está, desde hace más de 30 años, indisolublemente ligado a una forma de lenguaje muy especial: la expresión corporal. Para hablar sobre esta disciplina, de la que fuera iniciadora en nuestro país, y la más entusiasta perfeccionista de sus cultoras, **Revista de la Mujer** realizó la entrevista que a continuación se entrega.

—¿Qué es la expresión corporal?

—Una actividad organizada especialmente para que las personas —todas las personas— puedan desarrollar lo que ya tienen: su cuerpo; el lenguaje de su propio cuerpo. Yo digo que todo ser humano es cuerpo y se expresa a través de él, aun cuando no sea consciente de ello; el bebé, por ejemplo, mucho antes de aprender el lenguaje verbal, se expresa con su cuerpo: llora, se mece, ríe, gatea...

—¿De qué manera se realiza esta práctica?

—Nuestra tarea comienza con una técnica destinada a profundizar la percepción del propio cuerpo; percibir su peso, los puntos de apoyo, la flexibilidad que entrega o la resistencia que opone. Es un primer trabajo de aproximación, que refuerza la imagen de sí mismo.

—Este despertar es una toma de conciencia del propio cuerpo, ¿no es así?

—Efectivamente. El segundo paso es cuando el alumno está en condiciones de preguntarse: "¿ahora, qué puedo hacer con mi realidad?". Que coincide con la recuperación de la flexibilidad, de la armonía perdida. Este es el momento de la formación de buenos hábitos (de posturas, de realización de acciones cotidianas tan sencillas como lavarse los dientes, o tomar mate); en este momento el alumno aprende a dosificar y economizar sus energías. El tercer momento consiste en desarrollar la capacidad de destreza. Porque esto es, precisamente, lo que más contribuye al placer de vivir el propio cuerpo.

—Hasta aquí la expresión corporal puede ser definida como una buena manera de recuperar la disciplina y libertad, que son características del juego infantil. ¿Pero, ofrece algo más?

—Nuestro trabajo va más allá de la higiene corporal. A través del lenguaje del cuerpo lo que se intenta es recuperar el artista que cada ser humano lleva dentro suyo. En ese sentido, la expresión corporal es una actividad artística, libre y espontánea y, por lo tanto, tiene un efectivo valor terapéutico.

TODOS PUEDEN, YO TAMBIEN

—¿Hay límites para acercarse a esta experiencia, en cuanto a edad, formación anterior, etcétera.

—Ningún límite. Esta actividad incluye a personas de ambos sexos, de cualquier edad, ya que tiene como finalidad que la persona pueda vivir mejor en su cuerpo y con su cuerpo. Eso no solo en la clase sino también en su vida cotidiana.

—¿De qué manera los beneficios de la expresión corporal se incorporan a la vida diaria?

—Con nuestras técnicas se aprende la autorregulación del tono y esfuerzo muscular, lo que no solo sirve al bienestar individual, ya que ese dominio permite estar relajado, libre de tensiones, por lo que redunda en una mejor y más profunda comunicación con los otros. Se tiende, en suma, a una "desaceleración" del ritmo cotidiano, que tan fácilmente conduce a la crispación, el stress o el aturdimiento.

—¿Qué relación tiene la expresión corporal con la danza?

—Es, precisamente, una forma de danza, ya que nosotras consideramos que la expresión corporal es danza al alcance de todos. Se trata de una manera de devolverle al ser humano uno de sus patrimonios más antiguos, la danza.

UNA TAREA DE 30 AÑOS

La labor que Patricia Stokoe realiza se desarrolla en dos estudios —Guido 1871 y Monroe 2765— en forma continuada y consecuente. Quizá pocos sepan que esta actividad, bastante difundida en el presente, la tuvo como iniciadora, hace algo más de 30 años, luego de tomar contacto, en Inglaterra, con disciplinas tales como la danza moderna tradicional, de aprendizaje obligatorio en los colegios secundarios.

—Cuando yo regresé —señala— pensé que iba a ser más amplia la aceptación si eliminaba la palabra "danza", que tiene connotaciones un tanto restringidas.

—Cada año, en ciclos lamentablemente breves, el público toma contacto con espectáculos presentados por sus alumnos. Esto indica, por un lado, el surgimiento de la expresión corporal como lenguaje artístico autónomo, separado de otras formas similares como son la pantomima y la danza moderna; por otro lado, señala una inquietud por trascender el ámbito del estudio.

—El grupo Aluminé, que es al que usted se refiere, se formó hace siete años; surgió como una necesidad de los alumnos por hacer conocer sus trabajos y al mismo tiempo, por el interés de todos ellos a divulgar esta búsqueda.

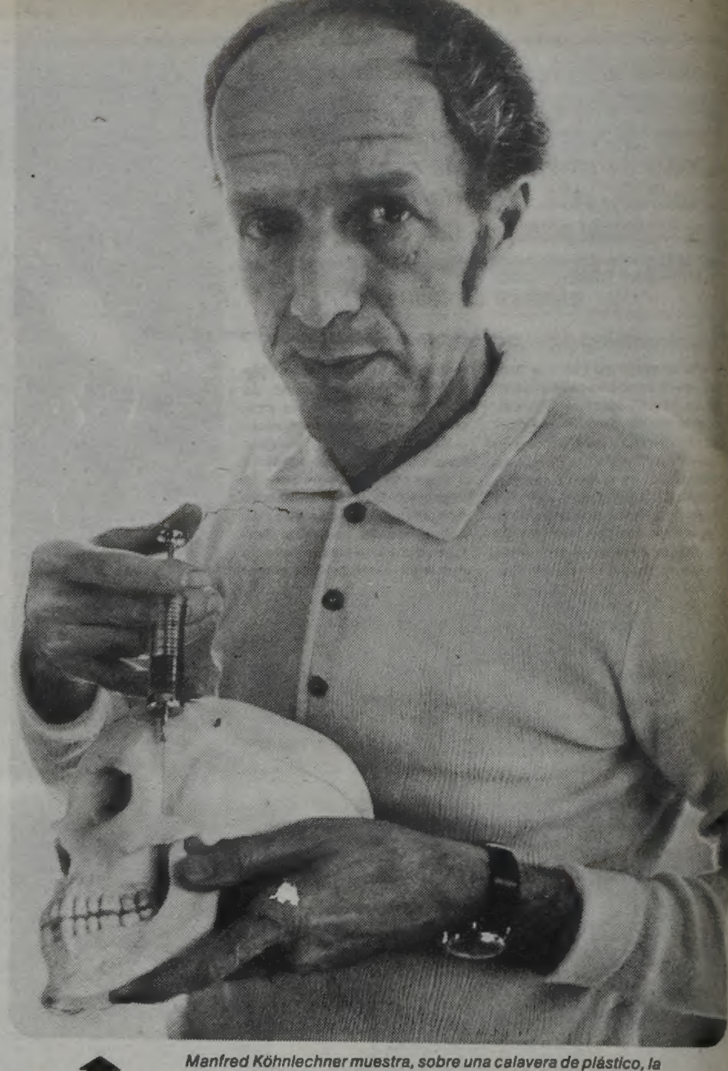
—¿Cómo elabora el grupo los espectáculos que presenta?

—Yo traigo temas o surgen de la gente. En el trabajo, en la búsqueda, surgen nuevas imágenes. Cada tema es motivo de una profunda investigación, a la vez individual y grupal. Del intercambio surge el enriquecimiento. A medida que avanza el tiempo la tarea crece en amplitud, también en profundidad...

La charla ha concluido. En el gimnasio la actividad es incesante. El Grupo Aluminé, silencioso, medular, inspirado, profundo, se ha puesto a trabajar.

El Empresario que Pretende Cambiar la Medicina Actual

Manfred Köhnlechner era un triunfante ejecutivo hasta que un día decidió ser médico. Científico, autodidacta, escritor y polemista, ha creado una singular clínica en Munich. Algunos lo consideran un genio. Para otros, es un hábil mistificador.



Manfred Köhnlechner muestra, sobre una calavera de plástico, la zona ósea en la que aplica inyecciones por él desarrolladas.

Manfred Kohnlechner es un hombre de 49 años, delgado, de rostro anguloso y mirada vivaz. Hace una década, este singular personaje comprendió que estaba literalmente harto de ganar dinero con sus empresas y decidió convertir en realidad el sueño privilegiado de su infancia: ser médico.

Por supuesto, le pareció una rutina innecesaria anotarse en una facultad y cursar los estudios regularmente, como cualquier estudiante germano medianamente organizado. Prefirió, en cambio, algo más audaz y original: trazó sus propios planes de estudio.

Sin inhibiciones culposas, el bueno de Manfred acumuló conocimientos de medicina clásica, homeopatía, acupuntura y curanderismo vulgar. Antiguos tratados medievales y olvidadas leyendas orientales que mencionaban curas y remedios milagrosos, fueron rescatados por el diligente Manfred. El ex ejecutivo, acostumbrado al valor de los cuadros estadísticos y a la frialdad de las síntesis, constituyó su propio saber científico.

EL MILAGRO ALEMAN

El nombre de Manfred saltó a la fama cuando intervino en el proceso que produjo la recuperación del famoso futbolista Franz Beckenbauer. Si se recuerda que el delantero era la máxima figura del seleccionado alemán, será fácil comprender de qué modo sus dolores abdominales tenían a mal traer a los germanos, particularmente, en vísperas del Campeonato Mundial de 1974.

Pero intervino Manfred, Beckenbauer se curó, Alemania ganó el campeonato y las autoridades, a regañadientes, aceptaron las actividades del **"sabio autodidacta"** que había salvado a la gloria nacional (futbolísticamente hablando).

Obviamente, no faltaron los malintencionados que acusaron a Manfred de ejercer un vulgar curanderismo amparado bajo la etiqueta de un eclecticismo cientifista, pero a esa altura del partido ya eran muchos los que cinchaban en favor de Manfred.

Mezcla de acupuntura, homeopatía y medicina tradicional, es la original tecnica desarrollada por el científico autodidacto alemán. Una polémica prolongada y muy vasta, abarca las actuales actividades de quien fuera un potentado y líder de algunas de las mas importantes empresas alemanas, Manfred Köhnlechner.

InfaTUado por el triunfo, el orgulloso Manfred, declaró que la ayuda que le ofreció a Beckenbauer de ninguna manera constituía **"un milagro"** y que resultaba sorprendente que nadie hubiera reparado antes en la posible solución. Pero, ¿cuál era esa solución?

ARSENAL TERAPEUTICO

El rubicundo Beckenbauer sufría una inflamación abdominal crónica. Manfred le recetó medicamentos que contienen enzimas (sustancias orgánicas producidas por células vivas); agregó a ello una preparación homeopática para combatir la inflamación; le realizó varias sesiones de acupuntura casera; le inyectó procaína en las amígdalas. Beckenbauer sufría una inflamación en éstas; la procaína, cabe señalar, es una sustancia utilizada en tratamientos para la senectud y el envejecimiento prematuro.

El resultado, como se dijo, es que Beckenbauer mejoró y con ello, volvió la paz y la alegría al corazón de los alemanes. En tanto, Manfred se las ingeniaba para eludir los zarpazos de la Ley, instalando una clínica en Munich de la que pasó a ser **"administrador - propietario"**.

Como no podía ser de otra manera, tratándose de un hombre tan exitoso, la clínica fue y sigue siendo una auténtica **"mina de oro"**.

Alrededor de doscientos pacientes concurren cada día a ésta, donde son atendidos por un equipo de médicos que siguen las doctrinas de Manfred; por supuesto, los métodos del científico autodidacta aún no han sido oficialmente reconocidos por las autoridades sanitarias de Alemania, pero ello no impide que la clínica funcione.

UN CASO ORIGINAL

Manfred era un adolescente esmirriado y hambriento en los días de la rendición. Con inclaudicable fuerza de voluntad —y una buena dosis de suerte— logró ir superando los más variados obstáculos, hasta convertirse, a los treinta años, en uno de los responsables del **"Milagro Alemán"**.

Decenas de las mayores empresas de su país resurgieron por obra de su talento directivo. En la actualidad, este hombre magro y de escasas palabras, vive exclusivamente para las actividades de su **"clínica"**, sin preocuparse mayormente de los beneficios económicos.

¿Qué guía tuvo para orientar

sus planes de estudio? Las que él mismo elaboró. Manfred cuenta en uno de sus numerosos libros, que el mayor defecto de la medicina clásica es su excesiva especialización y la subestimación por el saber proveniente de otras disciplinas.

Manfred asimiló, sin prejuicios, las nociones y conceptos más dispares, provenientes de fuentes variadas e infrecuentes, hasta formar su propia teoría. No obstante, sus resultados no han sido legitimados y no son pocos los que sostienen en Alemania, que todo esto no es más que una gigantesca superchería montada por Manfred. Sin embargo, las dudas del otro lado también son legítimas: ¿que ganaría Manfred con una fabulación que solo le reporta inconvenientes, cuando tenía todo a su disposición, dinero, prestigio, posición social, etcétera.

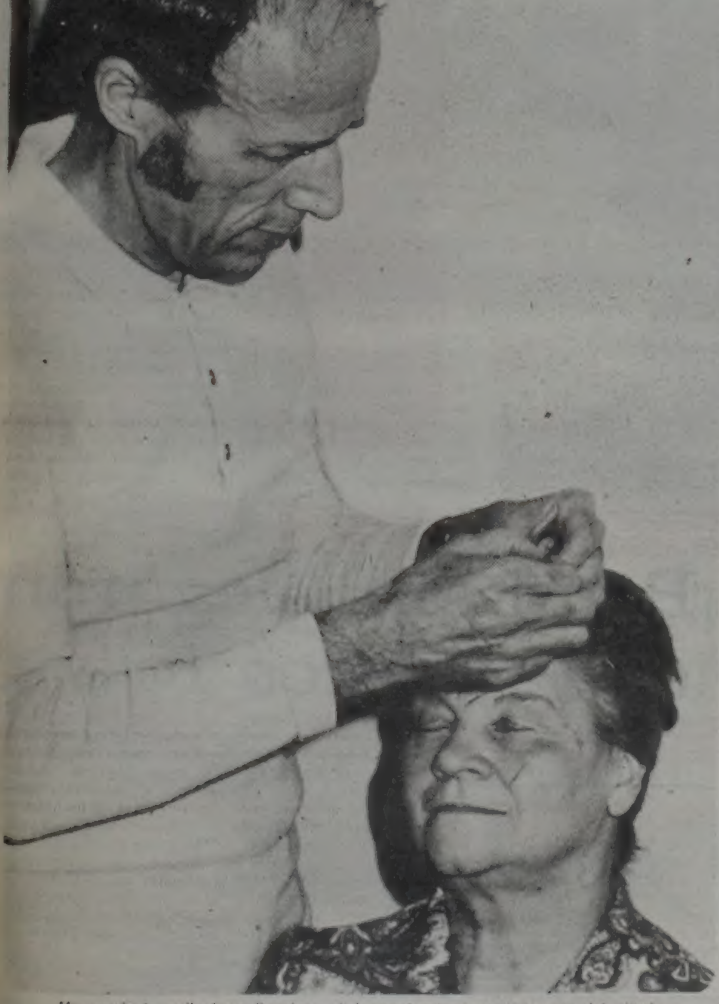
La polémica, lejos de decrecer, aumenta a medida que el tiempo transcurre y crece la fama de Manfred. Innovador en acupuntura, creador de diversos preparados que parecen tener ciertamente propiedades terapeúticas, dueño y mentor de una clínica que está siendo visitada por destacados especialistas en procura de nuevas orientaciones, Manfred se mantiene al margen de las discusiones.

Sus mayores empeños están volcados, ultimamente, en la formación de su hija, una bella muchacha de 19 años, que también ha elegido el camino de la medicina **"vocacional"**.

El resto de su escaso tiempo libre, Manfred lo dedica a escribir libros que, por supuesto, tienen una demanda millonaria en las librerías de Europa Occidental y Estados Unidos.

En **"Milagros factibles"**, Manfred explica algunos detalles de su método de trabajo. El último de sus libros publicados es "Operaciones evitables"; en él el inefable sabio autodidacta explica que una de cada siete operaciones es evitable —con su método, claro— y la manera en que muchas enfermedades, consideradas incurables, pueden ser combatidas y aún eliminadas aplicando sus nuevos conceptos. En síntesis, Manfred opina que no hay nada mejor que estimular el potencial de cura natural depositado en cada ser humano. Si eso es confundido con superchería, curanderismo o brujería, es otra historia. Sin duda, un personaje enteramente original.

El medico autodidacto y su hija, en la clínica que el primero posee en la ciudad de Munich, Alemania Federal, enfrascados en una "tarea de investigación científica".



Una paciente recibe las aplicaciones de las agujas de acupuntura, parte del método terapéutico creado por el ex ejecutivo. A la derecha, Beckenbauer, el más famoso "paciente" de Manfred, junto a Pelé, durante el Mundial del '74.

2

¡Brmmm! ¡Llegaron los Primeros Fríos!

Direcciones:
Hendy - Rodriguez Peña 1212.
Naif - (Colecciones para boutiques).
Av. Maipú 2482. Olivos. Chalet 3.
Tormenta - Cuenca 3449.
Pichu - Coronel Díaz 1862.

Producción:
Graciela Zito.

Asistente de producción:
María Elena García.

1. Pantalón en franela gris, con campera ancha de tweed azul y blanca, puños y cintura tejida. Zapatos abotinados de cuero en azul. Bufanda escocesa roja y blanca acompañando la deportiva campera.

2. Campera de cuero beige. Pantalón baggy de franela cuadrillé. Buzo con escote en "V" de lana peluda marrón. Pañuelo con motivo escocés. Cartera bandolera en gamuza gris y zapatillas chinas.

3. Botamanga angosta es la característica de este pantalón de gabardina roja. Camisa cuadrillé con detalle de cuello redondo blanco, con lazo y pequeño moño. Cinturón brillante azul.

4. Conjunto de franela escocesa, de pantalón baggy y camisa azul y beige. Cinturón de cuero y cartera bandolera en gamuza marrón.

5. Jardinero muy ancho, en corderoy fino beige, fruncido en el canesú. Bolsillos plaqué y botones grandes a los costados (Naif). Camisa de viyela beige y celeste. Zapatos bajos de gamuza.

6. Pantalón baggy en terciopelo, beige estampado, violeta y azul. Camisa "cowboy" lila, con flecos en la delantera y espalda. Cinturón transparente con tachas doradas. Zapatos abotinados de gamuza.

MINIMOLDES ★ TEJIDOS ★ ACCESORIOS ★

El Vestuario Colorido y Alegre Para "Quedar Bien" en la Familia

PARA PAPA

Material: 500 gr. blanco, 80 gr. de los sig. colores: ladrillo, verde oscuro, amarillo, todas lanas semigruesas; un par de ag. Nº 4 y 4½ y una ag. circular Nº 4½. Talle mediano.

Puntos empleados: Santa Clara: todas las h. al d. Elástico: 1ª h.: 1 m. d., 1 m. r. En las sig. h. tejer las m. como se presentan sin contrariar.

Espalda: Montar 92 m. y tejer 8 cm. en p. elástico con las ag. Nº 4 y lana blanca. Cambiar a las ag. Nº 4½ y tejer en p. Sta. Calara. A los 38 cm. de alto total cerrar las 32 m. centrales, dism. de este lado, 10 veses 2 m. cada 2 h., al mismo tiempo que se cierran las m. centrales dism. 1 m. por 10 veces del lado de la sisa para formar el raglán. Tejer el otro lado igual. Dejar en suspenso.

Delantero: Tejer igual que la espalda y dejar en suspenso.

Mangas: Montar 54 m. y tejer con lana blanca y las ag. Nº 4 en p. elástico 8 cm. Cambiar a las ag. Nº 4½ y tejer en p. Sta. Clara aum. 6 m. en el transcurso de la 1ª h. Continuar aum. 1 m. de cada lado 4 veces cada 3½ cm. y 8 veces cada 3 cm. a los 40 cm. de alto total dism. para formar el raglán 10 veces 1 m. a los 46 cm. de alto total dejar las m. en suspenso.

Retomar las 72 m. del borde espalda, con la ayuda de un crochet formar las m. e ir poniéndolas en una aguja aux. Hacer lo mismo con el delantero.

Canesú: En la ag. circular poner en este orden: la espalda, una manga, el delantero, la otra manga. Tejer en redondo en p. Sta. Clara empezando con el color ladrillo, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 9 m., 1 dism. simple, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color verde, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 8 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color amarillo, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 7 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color blanco, al iniciar la 10ª h. hacer una h. de dism. así: x 6 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color verde, al iniciar la 10ª h. hacer una h. de dism. así: x 5 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color ladrillo, al iniciar la 10ª h. hacer una h. de dism. así: x 4 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Continuar con las m. restantes en color blanco y tejer en p. elástico. Tejer 12 cm. y cerrar las m. como se presentan flojamente. Volcar la mitad del cuello hacia adentro y sujetar con puntadas escondidas. Coser las costuras. Sobrebordar cada raya, con punto cruz como muestra el diagrama, contrastando los colores.

PARA MAMA

Material: 450 gr. blanco, 80 gr. de los siguientes colores: ladrillo, verde oscuro, amarillo. Todas lanas semigruesas, un par de ag. Nº 4 y 4½ y una ag. circular Nº 4½. Talle: 44.

Puntos empleados: Santa Clara: todas las h. al d. Elástico: 1ª.: 1 m. d., 1 m. r. En las sig. h. tejer las m. como se presentan, sin contrariar.

Espalda: Con lana blanca montar 80 m. y tejer 8 cm. en p. elástico con las ag. Nº 4,8 cm. Cambiar a las ag. Nº 4½ y tejer en p. Sta. Clara. A los 32 cm. de alto total cerrar las 26 m. centrales, dism. de este lado 9 veces 2 m. cada 2 h., al mismo tiempo que se cierran las m. centrales dism. 1 por 9 veces del lado de la sisa para formar el raglán. Tejer el otro lado igual. Dejar en suspenso.

Delantero: Tejer igual que la espalda y dejar en suspenso.

Mangas: Montar 48 m. y tejer con lana blanca y las ag. Nº 4, en p. elástico 8 cm. Cambiar a las ag. Nº 4½ y tejer en p. Sta. Clara, aum. 6 m. en el transcurso de la 1ª h. Aum. después cada 3 cm. 4 veces 1 m. y cada 2½ cm. 6 veces 1 m. A los 36 cm. de alto dism. a cada lado, cada L. 1 m. por 10 veces. A los 42 cm. de alto total dejar las m. en suspenso. Retomar las 62 m. del borde espalda, con la ayuda de un crochet formar las m. en ir poniéndolas en una ag. aux. Hacer lo mismo con el delantero.

Canesú: En la ag. circular poner en este orden: la espalda, una manga, el delantero, la otra manga. Tejer en redondo en p. Sta Clara, empezando con el color ladrillo, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 9 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color verde, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 8 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color amarillo, al iniciar la 10ª h. hacer una h. de dism. así: x 7 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color blanco, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 6 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color verde, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 5 m, 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color ladrillo, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 4 m, 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Continuar con las m. restantes, en color blanco y p. elástico. A los 12 cm. cerrar las m. como se presentan flojamente. Volcar la mitad del cuello hacia adentro y tomar con unas puntadas escondidas. Coser las costuras. Sobrebordar cada raya del canesú, con punto cruz como muestra el diagrama, contrastando los colores.

PARA LA NENA

Material: 300 gr. blanco, 50 gr. de los siguientes colores: ladrillo, verde oscuro, amarillo. Todas lanas semigruesas, un par de ag. Nº 4 y 4½ y una ag. circular Nº 4½. Edad: 5-6 años.

Puntos empleados: Santa Clara: todas las h. al d. Elástico: 1ª h. 1 m. al d., 1 m. al r. En las h. sig. tejer la m. como se presentan sin contrariar.

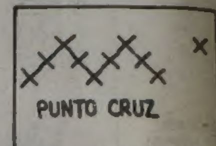
Espalda: Con blanco montar 58 m. y tejer en p. elástico por 5 cm. Continuar en p. Sta. Clara y las ag. Nº 4½. A los 27 cm. desde el comienzo formar el raglan dism. a cada lado cada 2 h: 2 m. y 5 veces 1 m. A la misma altura que se empiezan las dism. para el raglan cerrar las 18 m. centrales, dism. de ese lado cada 2 h. 7 veces 2 m. Se agotaran las m. Tejer el otro lado igual. Dejar la espalda en suspenso.

Delantero: Tejer igual a la espalda. Dejar en suspenso.

Mangas: Con lana blanca montar 34 m. y tejer en p. elástico con las ag. Nº 4 hasta completar 6 cm. Continuar en p. Sta. Clara y las ag. Nº 4½; repartir 4 m. en el transcurso de la 1ª h. Después aum. cada 4 h. 1 m. por 6 veces. A los 28 cm. de largo total formar el raglán como se indicó para la espalda. Dejar las m. en suspenso. Retomar las 44 m. del borde espalda, con la ayuda de un crochet formar las m. e ir poniéndolas en una ag. aux. Hacer lo mismo con el delantero.

Canesú: En las ag. circular poner en este orden: la espalda, una manga, el delantero, la otra manga. Tejer en redondo en p. Sta. Clara empezando con el color ladrillo, al iniciar la 10ª h. hacer una h. de dism. así: x 9 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color verde, al iniciar la 10ª h. hacer una h. de dism. así: x 8 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color amarillo, al iniciar la 10ª h., hacer una h. de dism. así: x 7 m., 1 dism. simple, tejer de x a x toda la h. Cambiar al color blanco al iniciar la 10ª h. hacer una h. de dism. así: x 6 m., 1 dism. simple x, tejer de x a x toda la h. Continuar tejiendo con blanco en punto elástico. Tejer 8 cm. y cerrar las m. flojamente como se presentan. Volcar la mitad del cuello hacia adentro y sujetar con puntadas escondidas.

Coser las costuras. Sobrebordar las rayas, con punto cruz como muestra el diagrama, contrastando los colores.



UN GORRO COQUETO

Material: 150 gr. de lana semigruesa blanca, restos de lana del mismo grosor de los sig. colores: verde, amarillo, rojo; un par de ag. Nº 4.

Puntos empleados: Santa Clara: todas las h. al d; Santa Clara Jacquard: 1ª h.: x 1 m. d. blanca, 1 m, d. de uno de los colores mencionados x, 2ª h: tejer de x a x, sin contrariar los colores y llevando la lana hacia adelante para que se destaque cada m. Rombos: (sobre un número de m. divisible por 8 más 1 m. de borde) 1ª h.: al r. 2ª h. y todas las h. pares al d. 3ª h.: 1 m. de borde x 1 lazada (llevar la lana hacia adelante y pasar a la ag. der. 7 m. sin tejer) 1 m. de x (tener la precaución de que la lazada quede floja), repetir de x a x por toda la h. 5ª h.: se teje igual que la 3ª h., 7ª h, al r., 9ª h.: tejer la m. de borde, tejer 3 m. r, x 1 m. r. tomando al mismo tiempo las dos lazadas (esta m. r. engancha las dos lazadas), 7 m. r. x, repetir de x a x por toda la h., 11ª h.: 1 m. de borde, 4 m. r. x 1 lazada (ver 3ª h.), 1 m. d. x, repetir de x a x toda la h. 13ª h.: igual que la 11ª h., 15ª h. al r., 17ª h.: 1 m. de borde, x 7 m. r., 1 m. r. (tomando al mismo tiempo las dos lazadas) x, repetir de x a x por toda la h. Retomar la 1ª h., se tejen siempre estas 17 h. Montar 105 m. con la lana blanca, tejer 6 h. en p. Sta Clara, (xx) tejer 2 h. Santa Clara Jacquard, alternando 1 m. blanca, 1 m. verde, tejer 2 h. verde en Santa Clara, 2 h. blanca en Santa Clara; 2 h. Santa Clara Jacquard, alternando 1 m. blanca, 1 m. amarillo, tejer 2 h. amarillo en Santa Clara, 2 h. blanca en Santa Clara; 2 h. Santa Clara Jacquard, alternando 1 m. blanca, 1 m. rojo, tejer 2 h. rojo en Santa Clara, 2 h. blanco en Santa Clara (xx). Ahora repetir una vez más de (xx) a (xx). Continuar tejiendo con la lana blanca y el punto rombo. A los 16 cm. medidos desde el comienzo del punto rombo, tejer así: (xxx) 6 m., 1 dism. simple (xxx), repetir de (xxx) a (xxx) por toda la h., tejer una h. de vuelta sin dism. y ahora tejer así: (xxxx) 5 m., 1 dism. simple (xxxx), repetir de (xxxx) a (xxxx) por toda la h. Continuar dism. cada 2 h. al lado de la dism. anterior y 1 dism. menos hasta que las dism. se junten. Cortar la lana y pasar la hebra por las m. restantes.

Coser la costura. Volcar el borde hacia arriba.

ANTICIPOS DE LA TEMPORADA EUROPEA OTOÑO-INVIERNO '81

Conjunto de tailleur y abrigo con hombros cuadrados y marcados, cintura ajustada por cinturón y el ruedo de la falda, más corto. Podrá acompañarse con una camisa de seda con estampado.

Espalda inmensa, cintura marcada y busto en evidencia en este vestido con cruce sin abotonadura. Los accesorios más indicados para este modelo, cartera rígida con largas tiras y botitas ajustadas.

Este sacón, creado sobre el modelo popularizado por los motociclistas, es de tela impermeabilizada con efecto matelassé. El cuello es pequeño, rígido y alto. Los puños angostos y fruncidos. Falda estrecha y lisa.

El retorno a un modo de vestir clásico, con este conjunto "vedette" en la temporada. De línea sutil, hombros importantes y talle estrecho, se adapta especialmente para la media estación.

Este modelo se destaca en los hombros, muy marcados y subrayados por el corte "a pettorina", que da origen a los pliegues del canesu. El modelo es "a media pierna" y realzado por el cuello de puntas alargadas. El vestido tiene frunces en la espalda y cinturón

Saco "redingote" de hombros marcados y redondeados. Falda derecha y estrecha, con bolsillos verticales. Camisa con puntillas

EL CUENTO ELEGIDO PARA USTED

Un Disparo Memorable

(2ª parte)
Alejandro Pushkin

—Según parece —le dije— usted no está ahora para pensar en la muerte. Como se propone almorzar, no quiero molestarlo.

—No me molesta usted en lo más mínimo —replicó—. Hágame el favor de disparar, o haga lo que le parezca. Le queda reservado el derecho a este disparo, y en cuanto a mí, estaré siempre a su disposición.

Me volví hacia mis padrinos, les manifesté que por el momento no estaba dispuesto a tirar, y así acabó el duelo...

Pedí mi retiro y me radiqué en esta aldea. Desde entonces ño hubo un solo día en que yo no pensara en la venganza. Ahora, por fin, llegó el momento...

Silvio sacó del bolsillo la carta que había recibido por la mañana y me la dio para que la leyera. Una persona, probablemente administrador de sus asuntos, le escribía desde Moscú, que el **consabido individuo** pronto contraería matrimonio con una joven muy bella.

—Ya habrá adivinado —dijo Silvio— quién es ese **consabido individuo**. Salgo para Moscú... Me gustaría ver si en vísperas de su casamiento, se enfrentará a la muerte con la misma indiferencia que en otro tiempo, saboreando cerezas.

Y con estas palabras, se levantó, arrojó la gorra al suelo y echó a andar agitado por la habitación como un tigre por su jaula. Yo le había escuchado absorto: sentimientos terribles y opuestos me agitaban.

El criado entró para anunciar que los caballos estaban listos para el viaje. Silvio me dio un fuerte apretón de manos... Nos abrazamos... Subió a un coche, en el que estaban acomodadas dos maletas, una con su equipaje, otra con pistolas. Nos saludamos por última vez y los caballos arrancaron...

Algunos años más tarde, circunstancias de familia me llevaron a establecerme en una pequeña aldehuela del distrito de N. Me había consagrado a la agricultura y no dejaba de suspirar secretamente, cuando recordaba mi vida pasada, bulliciosa y despreocupada. Lo que se me hacía más difícil, era pasar las noches, tanto en primavera, invierno, como verano, en completa soledad. Hasta la hora de la comida encontraba la manera de matar el tiempo, unas veces charlando con el alcalde, otras inspeccionando las tareas de labranza y echando un vistazo a los nuevos establecimientos; pero tan pronto como caía la noche no se me ocurría adónde meterme. Unos cuantos libros que encontré bajo los armarios y en el depósito de trastos, me los sabía ya de memoria, a fuerza de reiteradas lecturas. Todos los cuentos que atesoraba en su memoria el ama de llaves Kirilovna, ya los conocía, y las canciones de las campesinas me sumían en lánguida tristeza. Por fin me di a la bebida de un fuerte licor vegetal, pero me causaba dolor de cabeza y, además, confieso que temí convertirme en un "borracho melancólico", como tantos que había visto en nuestro distrito.

A mi alrededor no había vecinos cercanos, salvo dos o tres "melancólicos", cuya conversación consistía las más de las veces en hipos y suspiros. La soledad era preferible. Por fin resolví acostarme cuanto antes, y comer lo más tarde posible; de esta manera logré acortar la velada, y alargar al mismo tiempo los días . . . Y "vi todo lo que había hecho y he aquí que era bueno . . .".

A cuatro verstas de mi finca estaba la rica propiedad de la condesa de B.; pero allí vivía sólo el administrador. La propietaria había visitado su finca una vez, hacía ya mucho tiempo, el primer año de su matrimonio, y no había pasado en ella más de un mes. Pero cuando transcurría la segunda primavera a mi vida de ermitaño, corrió el rumor de que la condesa llegaría a la aldea acompañada por su marido, para pasar el verano. Y así fue; llegaron a principios de junio.

La llegada de un vecino acaudalado es un acontecimiento memorable para los moradores de una aldehuela. Los propietarios y los miembros de su servidumbre suelen hablar de ello desde dos meses antes y hasta tres años después. En cuanto a mí, confieso con franqueza que la noticia del arribo de una vecina joven y hermosa, me emocionó fuertemente. Me abrasaba un ferviente deseo de verla, y, por lo tanto, el primer domingo siguiente a su llegada, fui, después de comer, a la aldea X, para presentar mis respetos a sus Altezas, como correspondía al vecino más cercano que les ofrecía sus humildes servicios.

Un lacayo me llevó hasta el gabinete del conde, y se adelantó para anunciarme. El amplio despacho estaba puesto con fastuoso lujo; a lo largo de las paredes había algunas bibliotecas, sobre las cuales se veían bustos de bronce. Arriba de la chimenea había un espejo muy ancho; el piso estaba cubierto de paño verde, y tapizado de alfombras. Mi vida en mi humilde rincón me había hecho perder la costumbre del lujo, y hacía tiempo que no admiraba la esplendidez ajena. En aquel momento me sentí cohibido. Esperé al conde embargado por una inquietud parecida a la del candidato provinciano que espera la salida de un ministro. Cuando se abrió la puerta entró un hombre de unos treinta años, de hermosa presencia. El conde se acercó con aire de absoluta sinceridad amistosa, mientras que yo me esforzaba por recuperar mi aplomo. Empecé por presentarle mis respetos y, sin darme tiempo para hablar, sugirió que nos sentáramos.

Su conversación, espontánea y amable, pronto logró disipar mi timidez de solitario. Empezaba ya a recobrar mi estado normal, cuando de pronto se presentó la condesa, causándome una nueva confusión, mayor que la anterior. En realidad, era de una acabada belleza. El conde me presentó. Yo, por mi parte cuanto más me esforzaba por parecer locuaz, cuanto más trataba de asumir un aire de serenidad, más turbado me sentía. Para darme tiempo a que me repusiera y acostumbrase a ellos, mis nuevos amigos comenzaron a discurrir entre sí, dándome el trato que se le da a un antiguo vecino, sin ninguna clase de ceremonias. Yo, entretanto, eché a andar de un lado a otro, examinando los libros y las pinturas. Aun cuando no soy ducho en artes plásticas, hubo un cuadro que llamó mi atención. Representaba cierto paisaje de Suiza, y lo que me sorprendió no fue la parte artística, sino el hecho de que estuviese atravesado por dos balazos que casi se juntaban.

—¡Notable disparo!— exclamé, a la vez que miraba al conde.

—Sí —me respondió—: fue un disparo muy memorable. Pero, dígame. ¿Es usted buen tirador?

—Excelente —contesté, satisfecho al notar que la conversación recaía por fin en un tema que me era tan familiar—: a treinta pasos no yerro jamás, teniendo por blanco una carta, si tiro con una pistola a la cual esté acostumbrado.

—¿Es cierto? —dijo la condesa con tono de gran interés—. Y tú, amigo mío, ¿serías capaz de atravesar una carta a treinta pasos?

—Probaremos —contestó el conde— He sido un tirador regular; pero hace cuatro años que no tomo una pistola.

—¡Oh! —comenté—. En ese caso apuesto cualquier cosa a que vuestra Alteza no le da a una carta ni siquiera a veinte pasos; la pistola requiere un ejercicio diario. Lo sé por experiencia. En nuestro regimiento se me tenía por uno de los mejores tiradores. En una ocasión dejé de manejar la pistola por un mes entero, porque mis armas estaban en reparación. ¿Y qué diría que sucedió, Alteza? La primera vez que volví a tirar, erré cuatro veces seguidas a una botella a veinte pasos. En nuestro regimiento había un sargento, hombre ingenioso y muy dado a las bromas, que estando presente por casualidad dijo: "Está visto, amiguito, que has perdido la costumbre de habértelas con una botella". Créame, vuestra Alteza. Hay que cultivar esta habilidad, porque el día menos pensado se olvida lo que se ha aprendido. El tirador más diestro que encontré en mi vida practicaba todos los días, tres veces por lo menos, antes de la comida. Esto estaba en él tan arraigado, como la copita de vodka que tomaba como aperitivo.

A los condes les satisfizo mi locuacidad.

—¿Y cómo tiraba? —preguntóme el conde.

—A veces veía una mosca que acababa de posarse en la pared... ¿Lo toma usted a risa, condesa? Pues es cierto... Veía una mosca y gritaba: "¡Kuzka, mi pistola!". El criado le llevaba con celeridad una pistola cargada. El disparaba entonces y enterraba la mosca en la pared...

—¡Asombroso! —dijo el conde—. ¿Y cuál era su nombre?

—Silvio, Alteza.

—¡Silvio! —exclamó el conde, incorporándose de un salto—. ¿Usted conoció a Silvio?

—¿Que si lo conocí, Alteza? Eramos amigos. En nuestro regimiento fue recibido como un verdadero compañero... pero desde hace cinco años, no sé nada de él. Así que también vuestra Alteza lo conoció, ¿no es verdad?

—Lo conocí muy bien. ¿No le contó acaso un suceso muy extraño?

—¿El de una bofetada, Alteza, que recibió en un baile?

—¿Y no le dijo a usted el nombre...?

—No, Alteza, no me lo dijo... ¡Ah! —proseguí, al intuir la verdad— ¿Fue quizás vuestra Alteza?

—Yo fui —respondió el conde, con aire extremadamente distraído—; esa pintura agujereada a balazos es un recuerdo de nuestro último encuentro.

—¡Ay! —dijo la condesa—. ¡No le cuentes, por Dios! Me horroriza escucharlo.

—No puedo complacerte —replicó el conde—. Lo contaré todo. El señor sabe cómo ofendí a su amigo y conviene que sepa también cómo Silvio se vengó de mí.

Me ofreció el sillón y yo, con viva curiosidad, escuché el siguiente relato:

—Hace cinco años me casé. El primer mes, "the honey moon", lo pasé aquí, en esta aldea. En esta casa viví los instantes más hermosos de mi vida, pero a ella le debo también uno de mis recuerdos más dolorosos.

Un día, al atardecer, salimos a cabalgar. El caballo que montaba mi mujer comenzó a desmandarse y ella, asustada, me pasó las riendas y volvió a casa a pie. Yo cabalgué delante. En el patio vi un coche, y me dijeron que en mi despacho me esperaba un caballero que había rehusado dar su nombre. Sólo había dicho que tenía que hablar conmigo de cierto asunto. Entré en la habitación y vi en la penumbra a un hombre con barba cubierto de polvo. Estaba al lado de la chimenea... Me acerqué a él. Tratando de reconocer sus facciones...

—¿No me recuerdas, conde? —preguntó con voz trémula.

—¡Silvio! —exclamé y confieso que en aquel momento sentí que mis cabellos se erizaban.

—Exactamente —continuó él— Conservo el derecho a un disparo y he venido a disparar. ¿Estás preparado?

Una pistola asomaba del bolsillo lateral de su chaqueta. Yo di doce pasos y me paré allí, en el rincón, suplicándole que acabara lo más pronto posible, antes que llegara mi mujer. Vaciló por un momento... Me pidió lumbre... Hice que trajeran una vela. Cerré la puerta, ordené que no entrara nadie y volví a suplicarle que disparase. Sacó la pistola y apuntó. Yo conté los segundos... Pensé en ella... ¡Fue un minuto terrible! Silvio bajó el brazo.

—Lamento de veras que la pistola no esté cargada con carozos de cereza. Una bala pesa demasiado... y, después de todo, creo que esto no es un duelo, sino un homicidio. Yo no acostumbro a disparar a un indefenso... Empecemos de nuevo. Volvamos a tirar a suertes para ver quién tiene que disparar primero.

La cabeza me daba vueltas... Creo recordar que me negué. Por fin cargamos una pistola, arrollamos dos papelitos. El los puso en la gorra, que atravesó un día mi balazo. Yo saqué de nuevo el primer número. —Tienes mala suerte, conde— dijo él, con una sonrisa que nunca olvidaré.

No recuerdo lo que sucedió entonces, ni cómo pudo él impulsarme a ello... Pero cierto es que disparé, dando con la bala en ese cuadro...

Y el conde dirigió su dedo hacia la tela agujereada. Su rostro parecía arder. La condesa estaba tan blanca como el pañuelo que llevaba. Yo no pude contener un grito de espanto.

—Disparé —continuó el conde— y gracias a Dios, no acerté. Entonces Silvio —en ese momento tenía verdaderamente un aspecto siniestro— apuntó hacia mí... De pronto la puerta se abrió... Masha entró precipitadamente y, profiriendo un grito desgarrador se echó en mis brazos. Su presencia me devolvió por completo la sangre fría.

—Querida mía —le dije— ¿no ves que estamos bromeando? ¿Te asustaste? Ven, bebe un poco de agua y acércate... Voy a presentarte a uno de mis amigos y compañeros.

Masha dudaba aún de la veracidad de mis palabras.

—Dígame usted, ¿es cierto lo que dice mi marido? —preguntó, volviéndose hacia aquel hombre terrible— ¿Es verdad que bromean ustedes?

—Suele bromear, condesa —le respondió Silvio—. Una vez me dio, bromeando, una bofetada... Bromeando también, me perforó esta gorra, y bromeando, acaba de errar el tiro. Ahora soy yo quien quiere bromear.

Y al decir esto me apuntó ¡delante de ella!

Masha se echó a sus pies.

—¡Levántate, Masha, es humillante! —grité furioso—. Y usted, caballero, ¿cuándo dejará de burlarse de una pobre mujer? ¿Va a disparar o no?

—No dispararé —respondió Silvio— me doy por satisfecho. He visto tu confusión, tu desasosiego. Te he obligado a dispararme. No pido más. Te acordarás de mí. Te dejo a solas con tu conciencia.

Mi mujer estaba desmayada. Mi gente no se atrevió a detenerle y lo contempló horrorizada. El salió por el portal, llamó al cochero y se alejó antes de que yo lograra reponerme.

El conde calló.

Fue así como me enteré del final de la historia, cuyo principio tanto me había asombrado... No volví a encontrar jamás a su protagonista.

Se dijo alguna vez que Silvio, en tiempos de la rebelión de Alejandro Ipsilanti, capitaneó una compañía de "heteristas" griegos y murió en un combate cerca de Skulani.

Fin

GUIA DEL MINITURISMO

SANTA TERESITA

A solo 334 Km. de la Capital Federal, se encuentra esta pujante ciudad balnearia. Sus modernos edificios, comercios hoteles y residencias ofrecen al turista los mejores placeres.

Pesca: La extracción de almejas es abundante en estas playas. Cazones, pejerreyes, brótolas, bagres de mar, corvinas y tiburones son los más clásicos ejemplares que se capturan.

Golf: Santa Teresita dispone de una moderna cancha de golf de 9 hoyos, una hermosa confitería y una gran arboleda.

SAN CLEMENTE DEL TUYU

Esta ciudad balnearia tiene un intenso movimiento turístico todos los veranos. Dispone para la juventud y los adultos de modernas confiterías bailables, peñas criollas, parrillas, muy buenos restaurantes, cines, etcétera. Un moderno muelle facilita la captura de grandes ejemplares de peces.

Punta Rasa: Zona conocida como "El Paraíso de la corvina negra", resulta lugar de preferencia para los pescadores que buscan las codiciadas corvinas.

MAR DEL TUYU

Ciudad residencial que dispone de un centro comercial con terminal de ómnibus, cine, confiterías, fábrica de alfajores canchas de bowling Su muelle permite practicar a los aficionados el deporte de la pesca.

MAR DE AJO

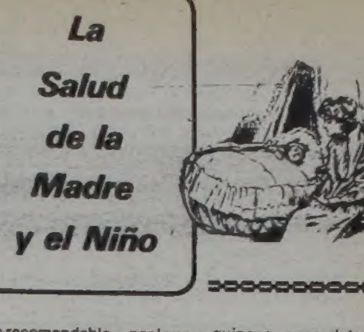
Posee grandes edificios y elegantes chalets que se extienden paralelos a las playas. Dispone de inmejorables playas de suave declive El pescador puede lograr abundante y variada pesca.

LA LUCILA DEL MAR

Esta ciudad balnearia es un centro residencial que ocupa un tranquilo sector de la costa. Cuenta también con un gran muelle de pesca deportiva que ofrece la oportunidad a los pescadores de lograr una efectiva práctica de tan popular deporte.

COMO SE COMBATE LA HIPERTENSION ARTERIAL

La
Salud
de la
Madre
y el Niño

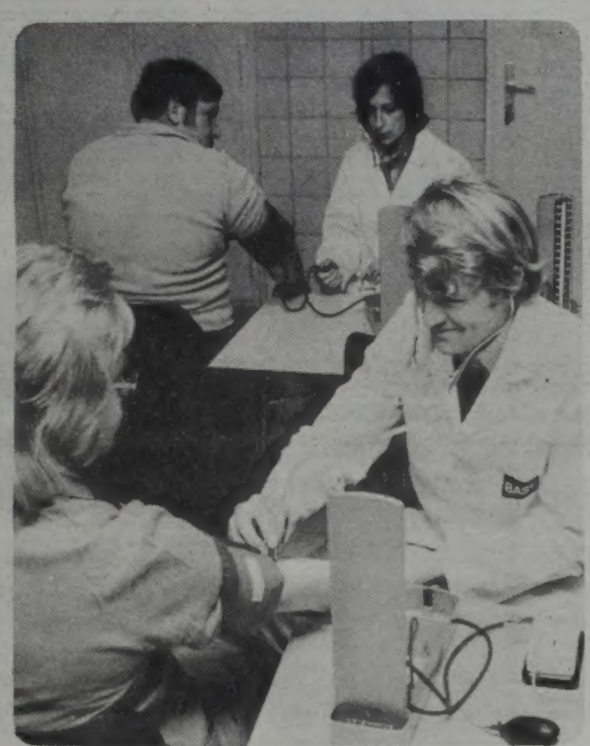


La hipertensión arterial, una de las dolencias más difundidas en la población y, a pesar de ello, escasamente conocida aun por quienes la padecen, repercute desfavorablemente en todo el organismo. Su detección y control médico son sencillos y eficaces. Consejos y precauciones.

Si bien un elevado número de personas padece de hipertensión arterial —se calcula que constituyen un 6% de la población argentina— son pocos los que tienen conciencia de tal afección, esto es debido a la virtual ausencia de indicios o síntomas efectivos.

La hipertensión —o presión alta— provoca dolores de cabeza, mareos, afecciones a los riñones y enferman las arterias coronarias. En casos extremos puede conducir a un ataque al corazón.

No hay certeza en cuanto a sus orígenes, pero se sabe que alrededor del 90% de los hipertensos lo son por una especie de predisposición a contraer la enfermedad, generalmente heredada. En el diez por ciento restante se ubican los que lo son como consecuencia o manifestación de otra enfermedad. El mal funcionamiento de las arterias que van a los riñones, un tumor en la glándula suprarrenal, pueden ser motivos desencadenantes de una hipertensión.



Tomarse la presión arterial es un procedimiento sencillo, rápido e indoloro. Se trata de una precaución a cumplir periódicamente. La hipertensión arterial no se observa con síntomas o dolencias visibles, es un mal muy extendido.

EL FLUIR DE LA VIDA

La presión sanguínea es una manifestación de energía, la fuerza necesaria para hacer circular la sangre dentro del sistema corporal. Cuando esa fuerza es excesiva o superior a la normal se produce lo que llamamos hipertensión arterial. Ese esfuerzo adicional se origina porque las arterias y sus terminales (las arteriolas), tienen una apertura menor que la normal.

Sucede algo semejante a cuando apretamos el extremo de un caño de goma por el que circula agua: al reducirse la salida, aumenta la presión del líquido.

Normalmente la presión aumenta con la actividad y disminuye con el descanso. La presión normal alta es de menos de 140, y la presión normal baja es de menos de 90. Sin embargo pueden producirse diversas oscilaciones sin que necesariamente se trate de hipertensión.

LUGARES COMUNES

Lugares comunes muy difundidos en torno de la hipertensión señalan que se produce como resultado de la obesidad y que se denuncia por la coloración rojiza del rostro. Ambas afirmaciones son inexactas: el obeso puede no ser hipertenso y un individuo pálido sí.

Tampoco es cierto que el alcohol y el cigarrillo provoquen la hipertensión sanguínea, pero pueden actuar como factores complementarios. Finalmente, la angustia, el stress y el exceso de sedentarismo, son perjudiciales para el hipertenso.

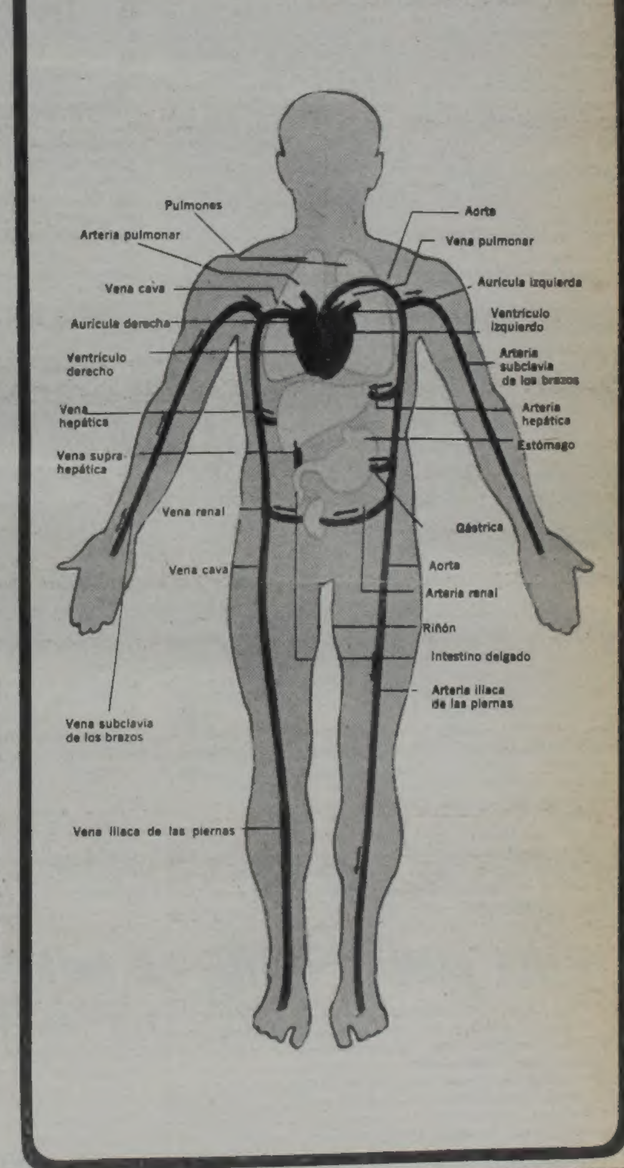
La presión sanguínea es la cantidad de energía necesaria para que la sangre circule a través de la red de arterias y venas.

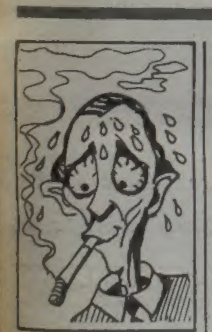
Lo recomendable —por lo ya dicho sobre la ausencia de síntomas visibles— es habituarse a una "toma de presión" periódica, a cualquier edad pero, particularmente, en la edad madura, porque el progresivo endurecimiento de las arterias puede provocar su aparición.

Una vez detectado el problema —esto es, si la presión alta es persistente y no pasajera— el médico dictamina lo que corresponde en cada caso. Habitualmente se prescriben drogas diuréticas, para aumentar la cantidad de sal que es expelida con la orina. En otros casos se prescriben drogas que actúan directamente sobre los vasos sanguíneos, o en determinadas zonas del sistema nervioso.

Si el paciente, además de hipertenso es obeso, tendrá que rebajar de peso. A su turno, los fumadores empedernidos deberán moderar sus hábitos. Y, ambos, evitar las situaciones depresivas, enojosas o conflictivas.

En el otro extremo de la balanza se halla la persona que padece de baja presión (lo que también puede producir mareos, náuseas o vértigos como consecuencia de la insuficiente irrigación cerebral), un problema que habitualmente se presenta en la edad longeva; pero siempre es una situación benigna comparada con la hipertensión.





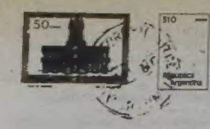
Si usted es hipertenso siga estos consejos y vivirá más años y mucho mejor: por empezar, no fume en exceso, se sentirá como si estuviera debajo de una grúa portuaria, el esfuerzo recaerá sobre el sufrido corazón, será peor.

Poca sal en las comidas. Pero sin eliminarla totalmente. El organismo necesita de este mineral. Siga la dieta alimenticia que le recomendó su médico. Si además es obeso, procure bajar de peso. Ayúdese con caminatas y ejercicios livianos.

La bebida ayuda al hipertenso. El alcohol es un dilatador de los vasos sanguíneos; pero beba moderamente, también contiene calorías que le serán perjudiciales. Además, la bebida le puede ocasionar más problemas que la hipertensión.

Rabia, angustia, depresión y sobresaltos nerviosos son los enemigos del hipertenso. Trate de tomar las cosas con calma, le ayudará a reducir la presión alta y, además, se evitará una úlcera o algo peor. Consulte siempre a su médico.

URGENTE! ... NECESITO NOVIO! QUIERO AMIGOS! BUSCO GENTE!



Correo Sentimental

Azopardo y Garay
1063 - Buenos Aires

MUCHACHOS MADUROS

Deseo cartearme con muchachos de 30 años en adelante. Contestaré enseguida de recibir la correspondencia. Isabel Gutiérrez. Poste Restante Sucursal Nº2. Capital Federal.

UN POETA

Quiere entablar una honda relación con todos aquellos que se sientan solos. Se llama Adolfo Enrique Silva y su dirección es Azaro y Merlo, Casilla Nº 46 Villa Dominico, Provincia de Buenos Aires.

BUSCA NOVIO

Me encuentro muy sola. Necesito un novio con quien poder charlar y contarle mis penas. Soy linda pero un poco gorda. Trabajo como empleada, ya que mi familia es muy humilde. Me llamo Patricia Ipagliaso, soy de Virgo. Vivo en Padilla 636. Capital (1414).

SEPARADA ROMANTICA

Hace seis años que me separé de mi esposo. Tengo 33 años y una nena de 8. Soy hogareña y muy cariñosa, además de romántica. Quisiera conocer un señor serio de 33 a 50 años, que sea propietario, con fines matrimoniales. Escribir a María Esther Cortés, Pobladora 121 B. Alto Verde (1836). Llavallol. Prov. de Buenos Aires.

JOVEN QUINCEAÑERA

Me llamo Sandra y tengo 15 años. Me gustaría intercambiar correspondencia con chicas y chicos de 14 a 17 años. Mi nombre completo es Sandra Nancy Marmorato y vivo en Bolivia 3050, departamento 3 de Villa del Parque (1417) Capital.

NECESITA COMPAÑERA

Tengo 35 años, soy solo y propietario, en buena posición económica. Quisiera entablar relación con una muchacha de entre 27 y 35 años, de buena educación. Luis Silva. Mi dirección es Estafeta Corte Jarena 1744, Moreno. Bs. As.

HOMBRE TIMIDO

Me encuentro muy solo debido a mi timidez. Desearía relacionarme con una señorita para fines serios. Tengo 26 años y soy soltero. Mi nombre es Hugo David. 49 Nº 1819. La Plata (1900).

INTERCAMBIO DE AMISTAD

Cumplí 19 años y me llamo Marta Inés Medina. Muchas son mis ganas de tener amigos de cualquier edad, sexo, posición social para intercambiar pensamientos, ideas, vivencias y así sentirnos más cerca. Mi dirección es Marcelo T. de Alvear 1528 (1014) Capital Federal.

CONOCIMIENTO HONESTO

Deseo entablar una amistad honesta con señorita culta de 25 a 30 años, que no le gusten los niños. Mi nombre es Angel. Avellaneda 371. Dto. "11" (1405), Capital.

PARA COLECCIONISTAS

Quisiera intercambiar sellos postales de todos los países del mundo. Solicito variedad. Juan Zmick. Almafuerte 324, departamento 4, Villa Luzuriaga. San Justo (1754).

CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

Las personas de Tauro son muy precavidas en las finanzas. Jamás se dejarán sorprender en sus negocios; están siempre muy bien informadas respecto de las nuevas leyes, situación, etcétera. Cuidado con intentar engañar a un taurino; no olvidará la afrenta, pero no manifestará la más mínima señal de que se dio cuenta.

Ya que estamos bajo el signo de Tauro: es la época más propicia para cambiar nuestro guardarropa, renovar prendas que pasaron de moda y confeccionar o encargar otras. También se presta el signo para decorar el hogar, comprar o renovar muebles.

Una persona nacida en Tauro, pero un poco más tarde de la salida del Sol, suele ser muy tacaña y hasta mezquina. Si su hijito nació con esa posición y hora, más valdrá inculcarle generosidad y espiritualidad.

Una niña con Sol en Tauro y ascendente en Acuario, (habiendo nacido alrededor de la 1 de la madrugada) es muy contradictoria. Le encanta vestirse, acicalarse, pero se aburre de todo lo material. Sus verdaderas aspiraciones serán siempre intelectuales y espirituales. Conviene apoyarla más en este campo que en lo material, ya que respecto de las finanzas y la organización de su vida tendrá siempre su fuerte Sol taurino, bien realista.

Los bebés con signos de Aire: Geminis, Libra y Acuario son los menos resistentes en la infancia. Necesitan mucho cuidado, muchas vitaminas y sobre todo ambiente tranquilo.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

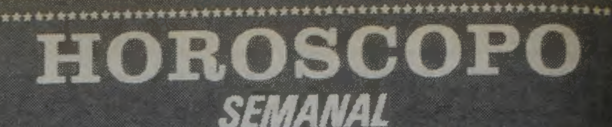
Días 29-30: Luna llena entre Tauro-Escorpio. Sus efectos son muy hostiles para cualquier relación humana. Perjudica los signos "fijos": Tauro, Escorpio, Acuario y Leo. Negativos para cualquier iniciativa. (Dura hasta las 19 horas del día 1º de mayo)

* * *

Días 1º por la noche y 2-3: Luna en Sagitario. Dinámicos y refrescantes. Favorecen a los signos de Fuego y Aire. Esta vez traen ciertas discusiones entre enamorados.

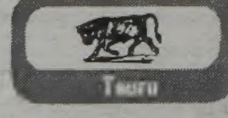
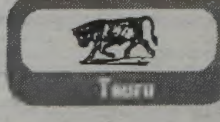
* * *

Días 4-5: Luna en Capricornio. Excelentes para cualquier trabajo mental, estudio y organización; favorecen a los signos de Tierra. Se prestan para una iniciativa financiera. Lo que se emprenda en estos días será duradero.



HOROSCOPO SEMANAL

Por Lily Sullos

Aries

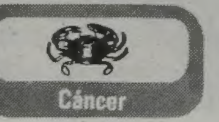
Amor: semana regular en este campo, pero los días 2-3 traen una lucecita: un acercamiento o reconciliación. Le conviene olvidar y perdonar.
Finanzas: cierta lentitud, pero si usted está alerta podrá solucionar un problema casero con mucho ingenio y poco costo. Oportunidad interesante.
Salud: molestias de orden femenino, fatiga, mala circulación.

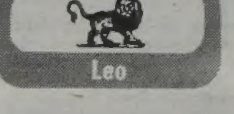
Tauro

Amor: los días 4-5 le brindan mucha serenidad y suerte en todo contacto nuevo que prometa ser duradero. Posible reunión familiar que le aclara una duda.
Finanzas: muy buenas, en esta semana usted puede realizar una compra muy deseada o un trabajo que contribuirá a la comodidad y belleza de su casa.
Salud: recuperación, gran vitalidad, mejora total.

Géminis

Amor: ciertas actitudes contradictorias la desconcertarán bastante; no le conviene discutir, sino observar las reacciones de su compañero; encontrará las causas verdaderas.
Finanzas: espere un poco más con esa compra planeada, más si se trata de un aparato del hogar o vehículo. ¡Asesórese mejor!
Salud: trastornos respiratorios y musculares.





Cáncer

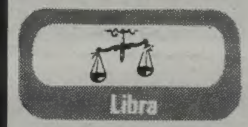
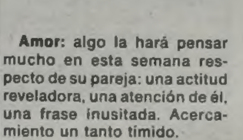
Amor: dudas respecto de un sentimiento nuevo o respecto del comportamiento de su pareja, algo extraño. Evite indagar o discutir en los días 4-5, ya que estaría en inferioridad de condiciones.
Finanzas: espere un poco más con esa compra planeada, más si se trata de un aparato del hogar o vehículo. ¡Asesórese mejor!
Salud: mejora notable, pero también trastornos digestivos.

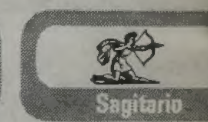
Leo

Amor: ciertos inconvenientes en los días 29-30, usted actúa con cierta injusticia por desconocer algunos detalles. Evite, pues, todo reproche en los días mencionados.
Finanzas: semana inspiradora de grandes equivocaciones y también imprudencias. Si usted trabaja fuera de su casa: peligro de pelearse en el trabajo.
Salud: fatiga y tensión nerviosa; ¡relájese!

Virgo

Amor: inconvenientes por habladurías, comentarios, por culpa de una mala amiga o pariente de poca discreción. Conviene meditar un poco más sobre ciertos detalles y hechos.
Finanzas: óptimas, usted tendrá una gran oportunidad de mejorar su panorama. Venta o compra excelente, gran cambio a la vista.
Salud: mejora, pero hay trastornos intestinales.



Libra

Amor: algo la hará pensar mucho en esta semana respecto de su pareja: una actitud reveladora, una atención de él, una frase inusitada. Acercamiento un tanto tímido.
Finanzas: conviene esperar un poco con los "gastos grandes", ya que habrá urgencia de reparar algo muy necesario en la casa.
Salud: vigile su digestión, aliviando su régimen.

Escorpio

Amor: la Luna llena los días 29-30 amenaza seriamente su pacífica relación de pareja: usted podría dejarse llevar por su imaginación o celos, actuando más que injustamente.
Finanzas: también se verán amenazadas un poco, ya que usted se dejará tentar por ciertas compras innecesarias o por algo "grande" y caro.
Salud: nervios, jaquecas y molestias de garganta.

Sagitario

Amor: semana algo contradictoria, pero los días 2-3 traen aclaración, una invitación o acercamiento. Procure actuar con absoluta discreción, sin comentar sus amores con terceros.
Finanzas: gastos excesivos y también inútiles en ropa o cosméticos, cuidado con dejarse convencer.
Salud: digestión algo lenta, irritación por algún alimento fuerte.

Capricornio

Amor: momentos felices en los días 4-5, usted es dueña de la situación. Posible reunión familiar, acercamiento, una satisfacción por algún hijo o hermano.
Finanzas: óptimas, la semana trae una solución de un asunto legal, trámite, deuda o pago. Posible inversión afortunada o compra oportuna.
Salud: recuperación, pero con cierta lentitud. Descanse más.

Acuario

Amor: los días 29-30 son muy traicioneros para cualquier relación, ¡cuidado! Usted tendrá ganas de pelear, reprochar, lanzar sus frasecitas irónicas...
Finanzas: necesidad de gastar en algo que se averió, quitándole dinero que usted destinó para una compra femenina. No se preocupe demasiado, lo recuperará más tarde.
Salud: tensión, molestias digestivas, insomnio.

Piscis

Amor: mientras usted no mezcle cuestiones de dinero, su relación caminará bastante bien. Ayuda de parientes en una reunión para realizar un acercamiento.
Finanzas: las "pequeñas" reciben el espaldarazo de Mercurio, pero las "grandes" se ven bloqueadas aún.
Salud: debe cuidar su régimen más que nunca evitando alimentos irritantes.

CUIDADO DE LAS PESTAÑAS

El maquillaje actual sugiere ojos profundos y destacados. Una de las preocupaciones femeninas es alargar las pestañas para brindar énfasis a la mirada.

Un recurso eficaz para fortalecerlas y engrosarlas consiste en aplicarles, por las noches, un poco de aceite de ricino. Ayudándose con un cepillito se lo extiende desde el nacimiento de las pestañas hasta las puntas, cuidando que no penetre en la implantación de los pelos, sin excederse, para que no se corra al interior del ojo.

Para evitar que se quiebren es conveniente no demaquillarlas friccionándolas horizontalmente, sino quitar el maquillaje utilizando el producto sobre una mota de algodón y pasándolo desde la raíz hacia las puntas.

LIMPIEZA DE ALFOMBRAS

Para mantener en buen estado una alfombra es necesario retirar los hilos que se desprenden de la trama, especialmente cuando son nuevas, tratando de cortarlos a la altura del pelo, sin tirar. Cepillar las partes que hacen "sombra" (que están a contrapelo) trabajando el pelo en sentido contrario a su orientación. las manchas de café, té, alcohol, o cualquier otra bebida, se quitan con una mezcla de vinagre blanco y agua. Se aplica con cuentagotas sobre el lugar y se limpia con un trapo que no levante pelusa. Luego se deja secar bien. Las manchas de grasa (manteca, salsas, cremas) se limpian con solvente no inflamable, con cuentagotas y luego se frota con una tela limpia. La goma de mascar se retira endureciéndola con un trozo de hielo.

TALLER DE BATIK

El taller de "Angela y los otros" a cargo de Angela Pinós dicta cursos para el aprendizaje de esta técnica originaria de Indonesia. El estampado manual de telas se practica sin necesidad de poseer conocimientos previos de dibujos y diseño. Informes Córdoba 2896, Capital.

JUEGOS PARA NIÑOS

La actividad esencial de los niños es el juego, pero cada edad tiene distintos intereses. Por ejemplo, a los 4 meses es ideal el sonajero y los juegos de pérdida y recuperación. A los 7 meses, al niño le gusta alcanzar objetos que sean de distinta forma.

Ya al año se entusiasma por el tambor y la pelota. Seis meses más tarde quiere coches con ruedas, torres con cubos, y le encanta jugar con agua, arena, plastilina, globos.

A los tres años juega con locomotoras, triciclos, hamacas, sube y baja y la ronda. Tres años más tarde llegan los juegos de ingenio, con números y letras; comienza a leer revistas de historietas. Le gusta recortar y pegar figuritas, sin olvidar la acción del metegol y el rango. Los deportes despiertan el interés de los chicos a los 8 años (fútbol, voley, básquet)

VENDEDORAS DE PERFUMES

La Cámara de Comerciantes Perfumistas ha instalado una escuela de capacitación para la carrera de expertas en ventas de perfumería. Las egresadas cuentan con una ubicación laboral inmediata garantizada. Los cursos son nocturnos y se dictan tres veces por semana. Informes: Paraguay 1857, Capital.

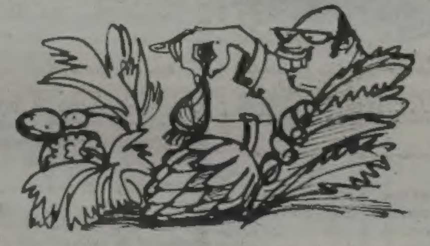
EL USO DEL TELEFONO

No hay nada más antipático que tener que interrumpir el almuerzo o la cena para atender una llamada telefónica. Es aconsejable no llamar durante esas horas (entre las 12 y las 14 o a las 21), ni tampoco hacerlo antes de la nueve de la mañana o a altas horas de la noche.

Trate de evitar las llamadas los días domingo y feriados, salvo que sea para comunicar una buena noticia o una invitación. Si necesita hablar a una oficina, el horario ideal es después de las 10 de la mañana o de las 4 de la tarde.

Recuerde que las llamadas deben ser breves para no recargar innecesariamente la cuenta (cada 3 minutos se cuenta una llamada aunque sigamos comunicados con el mismo número). Al discar, preste atención, porque según ENTel, un alto porcentaje de llamadas equivocadas se debe a esa circunstancia.

VERDURAS E HIDRATOS



El consumo de verduras es abundante en todas las épocas del año. Porque son sabrosas y acompañan tanto un plato de carne como uno de pescado. Son nutritivas y pertenecen, casi todas, a los grupos de menor tenor de hidratos de carbono. Por ejemplo del 1 al 5 %: la acelga, berro, coliflor, espárrago, espinaca, lechuga, repollo, tomate y zapallitos. Del 5 al 10 %: el alcaucil, cebolla, repollitos de Bruselas, chauchas, nabos, puerros, remolachas, zanahorias, zapallo. Del 20 al 30 % de hidratos de carbono: la batata, choclo y papas.

FOTOS CUIDADAS

Siempre se guardan las fotos del casamiento de papá y mamá, del nacimiento de un hijo primogénito o la graduación de algún primo. Pero tienen que quedar guardadas limpias y en buen estado para lucir impecables en el momento del recuerdo. Un consejo, las manchas se eliminan pasando, sin frotar, un algodón embebido en alcohol.

Las diapositivas nunca deben ser tocadas con las yemas de los dedos y hay que tratar de colocarlas en marquitos de plástico, pues el cartón puede llegar a trabar el mecanismo de arrastre de algunos proyectores. Guarde las fotos y diapositivas en cajas de plástico o de madera, junto con bolsitas de productos que absorban la humedad.

GUIA DE SUGERENCIAS PRACTICAS PARA EL HOGAR

MIRANDO TELEVISION

Al sentarse frente al televisor convendrá adoptar previsiones para que la visión prolongada no fatigue ni dañe los ojos. Trate de que la pantalla apoye sobre un fondo neutro evitando las superficies que reflejan la luz. Coloque, en lo posible, el aparato lejos de fuentes luminosas (lámparas o ventanas). Con respecto a la altura, sitúe el televisor de modo que quede perpendicular a la vista de la persona sentada en forma normal. El artefacto debe distar del televidente unos 3 metros aproximadamente.

EL ACUARIO

Muchas familias poseen un acuario con los pescaditos que pescó papá o el nene en algún lago o laguna. Mantenerlos limpios y en sanas condiciones no es una ciencia.

Deben colocarse pocos peces, para evitar enfermedades entre ellos. El agua debe cambiarse parcialmente y no con mucha frecuencia.

Un buen filtro y una bomba para airear el agua es necesaria tanto como para mantenerla limpia de impurezas. Si se le agregan plantas decorativas, deben ser de tipo flotante y estar limpias.

UN BUEN TE

El té es una de las infusiones preferidas para combatir el frío y acompañar cualquier rica torta. Para preparar un té, al estilo inglés, hay que echar una cucharadita por taza. Antes de servirlo se deja reposar para que las hojas se decanten en el fondo lentamente, ya que los buenos bebedores no usan colador.

Si se lo suministra a los niños hay que tener en cuenta que el té posee propiedades astringentes (antidiarreicas) y excitantes.

TALLER DE TEATRO

Formación actoral y análisis de las estructuras dramáticas. Abierto para adolescentes y adultos, permite la incorporación de estudiantes y profesionales de otras disciplinas. Clases nocturnas martes y jueves de 20.30 a 22.30; diurnas, lunes de 10 a 12.45.

Los interesados pueden recabar mayores informes en Carlos Calvo 727, Capital Federal, de martes a viernes de 9.30 a 19.30 y sábados de 9.30 a 13.30 horas.

MUEBLES USADOS

Una actitud práctica y económica es comprar o vender muebles u objetos de uso hogareño en las casas de remate.

Estas operaciones posibilitan recuperar parte del valor de un mueble, ya no necesitado, cuando se desea reponerlo o adquirir nuevos elementos.

La mecánica es sencilla: si quiere vender muebles u objetos en desuso, se depositan en consignación en una casa de ventas. Allí se les asigna a los elementos consignados fecha de remate.

Para comprar es necesario recurrir al salón de exposiciones, escoger el objeto deseado y preguntar su fecha de remate.

AYUDA PARA ESTUDIAR

Los padres deben dar consejos a sus hijos. Cuando de estudio se trata, la tarea es simple. Algunos de los secretos son: estudiar todos los días en el mismo lugar y tener un plan de trabajo diario.

Hacer resúmenes de lo leído es importante, porque ayuda a repasar y asegurar los datos alejando las dudas. Cuando se encuentra una palabra desconocida se debe aclarar su significado con el diccionario. El orden es un factor que los chicos deben tener en cuenta. Si se sabe dónde se guarda un libro y una carpeta es más fácil encontrarlos luego.

Estudiar acompañado es bueno, mientras esas reuniones no se conviertan en juegos sociales.

CALZADO DE LINEA SPORT PARA MAMA Y LOS CHICOS

Calzado deportivo para lucir en otoño. El mocasín de línea clásica apto para todo momento. Botitas cortas de fantasía, ideales para acompañar un elegante vestido. Botas altas de gamuza y cuero para chicos, al estilo "Far West"

1

Botas y zapatos para una vestimenta sport. Las botas de esta temporada serán de caña corta, de taco mediano y fino. Los materiales preferidos, cuero y gamuza. Los zapatos-mocasín con hebillas de fantasía en la capellada. Los tonos, bordó, tostado y negro.

Cabritilla violeta, en la izquierda, con detalle de flor central en charol del mismo color. La de la derecha en gamuza bordó, charol en la capellada y en el detalle de la caña. Tacos forrados en madera.

Para los mas chicos, bota alta de cuero negro con pespuntes laterales y en la capellada. La caña termina en forma redondeada. La otra es de gamuza al estilo "cowboy". La ultima es la clásica salteña en gamuza color marrón oscuro. Las llevan ellas y ellos.

Botas cortas. Charol combinado en cuero, con dos grandes botones exteriores, es el detalle de la primera. La otra es de cabritilla negra volcada en la caña y acordonada en la parte delantera. Finos pespuntes en forma circular le dan originalidad al modelo. Los tacos son más bajos que los usados años anteriores.

OTOÑO

Aves que estáis en el ramaje
cómo aletea vuestro canto
a lo largo del bosque ennegrecido,
¡Vosotras, aves, daos prisa!

Pronto llega el viento, que sopla,
pronto llega la muerte, que siega,
pronto llega el fantasma gris y ríe
hasta que el corazón se nos hiela,
el jardín pierde todo esplendor,
y la vida todo brillo.

Ave querida que estás en el follaje,
hermanito querido,
dejadnos cantar y estar alegres,
pronto seremos nada más que polvo.

Herman Hesse

amor es...

BESAME

...ESPERANDO QUE SE DE CUENTA.

amor es...

...UN SUSURRO EN UN SALÓN ATESTADO DE GENTE.

CANTO A MI MISMO

Me celebro y me canto a mi mismo.
Y lo que yo diga ahora de mí, lo digo de tí,
porque lo que yo tengo lo tienes tú
y cada átomo de mi cuerpo es tuyo también.

Vago... e invito a vagar a mi alma.
Vago y me tumbo a mi antojo sobre la tierra
a ver cómo crece la hierba del estío.
Mi lengua y cada molécula de mi sangre nacieron aquí.
de esta tierra y de estos vientos.
Me engendraron padres que nacieron aquí,
de padres que engendraron otros padres que nacieron aquí,
de padres hijos de esta tierra y de estos vientos también.

Walt Whitman